

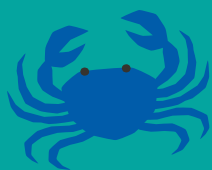
# Mission CRAB-Busters

Un jeu immersif pour sensibiliser  
à la prévention nutritionnelle des cancers



## Dossier pédagogique

Jeu immersif





# Synthèse et objectifs

Le jeu, intitulé « Mission CRAB-Busters », est destiné à un public entre 14 et 18 ans et vise à sensibiliser au rôle de l'alimentation et de l'activité physique dans la prévention.

## Des ateliers ludiques et pédagogiques

Grâce à l'organisation de 5 épreuves à la fois ludiques et éducatives, les participants peuvent explorer les bonnes pratiques en matière de nutrition et d'activité physique. Ces épreuves ont pour objectifs de promouvoir l'apprentissage par le jeu, de développer l'esprit critique et de renforcer la collaboration entre eux. Elles ont été créées en collaboration avec la société Prismatic qui a conçu et réalisé les supports de jeu.

Les participants doivent être 35 maximum et divisés en 5 groupes. Chaque groupe est amené à jouer à chacune des épreuves décrites ci-dessous pour remporter à chaque fois une lettre leur permettant de reconstituer une anagramme finale. Les épreuves peuvent être résolues dans n'importe quel ordre et chaque groupe doit faire les 5 épreuves.

## Recommandations nutritionnelles

Cette épreuve porte sur les recommandations nutritionnelles du Programme National Nutrition Santé (PNNS). En 10 minutes, et en s'appuyant sur leurs connaissances, leur intuition et la forme des pièces, les joueurs doivent reconstituer trois puzzles sur une fresque, en classant chaque pièce dans les colonnes « Augmenter », « Aller vers » ou « Réduire ». Chaque pièce représente un aliment ou une catégorie d'aliments. Deux versions sont prévues : une pour les collégiens, avec moins de pièces plus grandes, et une pour les lycéens, avec plus de pièces plus petites. L'objectif : interroger les participants sur leur rapport à l'alimentation et promouvoir les recommandations du PNNS.

## Analyse de produits

Cette épreuve a pour objectif d'apprendre à analyser des produits de supermarché en calculant leur Nutri-Score. À l'aide d'une réglette et de jetons positifs ou négatifs, les joueurs évaluent différents aliments, souvent par paires proches (par exemple, céréales fourrées au chocolat et céréales au blé). Chaque carte d'aliment présente des symboles positifs et/ou négatifs à ajouter ou annuler pour déterminer le Nutri-Score. Deux versions sont proposées : 6 aliments pour les collégiens et 10 pour les lycéens. L'objectif est de sensibiliser le public à l'importance du Nutri-Score.





## Esprit critique

« Comment ne plus avoir de problèmes de santé ? », « Les gestes simples du quotidien pour lutter contre la prise de poids », « Le frugivorisme, ce régime oublié aux effets santé surprenants », « Le régime méditerranéen: mythe ou réalité ? »... Cette épreuve vise à confronter les participants au flux d'informations qu'ils reçoivent au quotidien et à leur apprendre à distinguer une information peu fiable, moyennement fiable ou a priori fiable. Pour cela, ils s'appuieront sur une grille d'expertise présentant différents exemples pour illustrer l'analyse et reposant sur trois critères : l'auteur/autrice, les sources citées et l'éventuel conflit d'intérêt financier. L'objectif est de développer leur esprit critique en les incitant à prendre du recul et à examiner plusieurs éléments avant de juger la fiabilité d'une information. 15 cartes seront données aux collégiens et 21 aux lycéens.

## Impacts sur le corps

Cette épreuve repose sur un principe simple : le memory. 3 types de cartes recto-verso sont proposés aux participants : des cartes « aliment », « nutriment » et « fonction ». L'objectif est de réaliser les bonnes associations en reliant un aliment, un nutriment et son rôle, dans un temps limité. Pour cela, les participants demanderont à l'animateur de retourner les cartes et peuvent aussi s'aider de symboles communs présents sur les trois types de cartes pour guider leurs choix. 30 cartes sont prévues pour les collégiens et 39 pour les lycéens. Sur le plan pédagogique, cette épreuve favorise un apprentissage actif et ludique : il sollicite la mémoire, encourage la réflexion et permet aux joueurs de mieux comprendre les liens entre les aliments, leurs nutriments et leurs effets sur l'organisme. Elle contribue également à déconstruire certaines idées reçues, tout en facilitant l'appropriation des connaissances grâce au jeu.

## Activité physique

Outre l'importance de l'alimentation, le Réseau NACRe souhaite proposer une épreuve dédiée à l'activité physique afin d'en montrer les effets bénéfiques sur la santé. Ainsi, cette épreuve prend la forme d'un parcours en équipes : un premier groupe, placé à l'arrivée, doit choisir et envoyer sous forme d'avions en papier des fiches d'activités physiques jugées pertinentes, tandis que l'autre groupe doit les décrypter à l'aide d'une feuille de correspondance de symboles pour pouvoir avancer sur le parcours, après validation de l'animateur. L'objectif pour les participants est de parcourir l'ensemble du circuit en 10 minutes, tout en réfléchissant aux activités physiques favorables à leur santé et en développant leurs capacités de communication et de coopération par un apprentissage concret et dynamique.





# Sensibiliser les jeunes à la prévention nutritionnelle des cancers

Ce dispositif immersif, organisé autour de 5 épreuves, vise à sensibiliser les jeunes en diffusant des informations fiables et appuyées par des sources vérifiées. En les rendant acteurs grâce à des jeux et des épreuves, le Réseau NACRe souhaite souligner l'importance d'apprendre, de se questionner et de réfléchir tout en s'amusant. Les participants peuvent bénéficier, tout au long du parcours, de l'accompagnement et de l'expertise des animateurs, que le Réseau NACRe pourra mobiliser.

## Réaliser facilement les ateliers soi-même

L'ensemble du contenu du jeu immersif « Mission CRAB-Busters » est désormais disponible en version print & play. Cette formule permet de télécharger tous les éléments des différents ateliers afin de les imprimer et de les utiliser librement.

Un guide général est également fourni : il présente le jeu, le matériel nécessaire ainsi que le déroulement des activités. Des guides spécifiques détaillant chaque atelier sont aussi mis à disposition.

Tous ces supports sont accessibles sur une page « Outils » dédiée sur le site web du Réseau NACRe, dans notre rubrique « Outils grand public ».

Ces outils sont voués à être utilisés dans un but d'information et de sensibilisation de collégiens et de lycéens.

Ils doivent être utilisés dans leur version proposée, sans modification.

Pour toute demande d'utilisation, le Réseau NACRe reste à votre disposition par mail : [nacre@inrae.fr](mailto:nacre@inrae.fr)





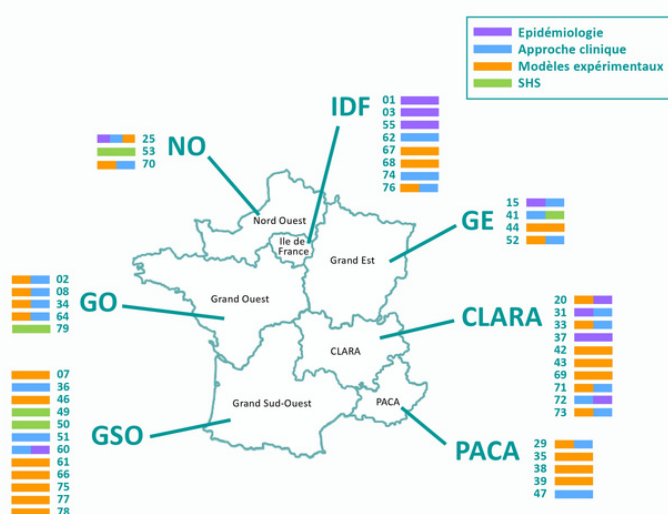
# Fiche d'identité du Réseau NACRe

## Un Réseau de laboratoires publics de recherche

Le Réseau NACRe (Nutrition, Activité physique, Cancer, Recherche) a été créé en 2000 à l'initiative des chercheurs du domaine « nutrition et cancer ». Il bénéficie du soutien de l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement (INRAE) depuis 2000, et de l'Institut National du Cancer (INCa) depuis 2005.

Le Réseau regroupe des équipes de recherche appartenant à différents organismes (Universités, Inserm, INRAE, Centres de lutte contre le cancer, CNRS, ou autres établissements de recherche nationaux ou internationaux) implantés dans différentes régions de France, dans les périmètres des 7 cancérpôles, et en Europe. Les études menées par les équipes examinent divers facteurs nutritionnels en lien avec plusieurs localisations de cancers (notamment les cancers digestifs et les cancers du sein et de la prostate) en prévention, pendant et après la maladie.

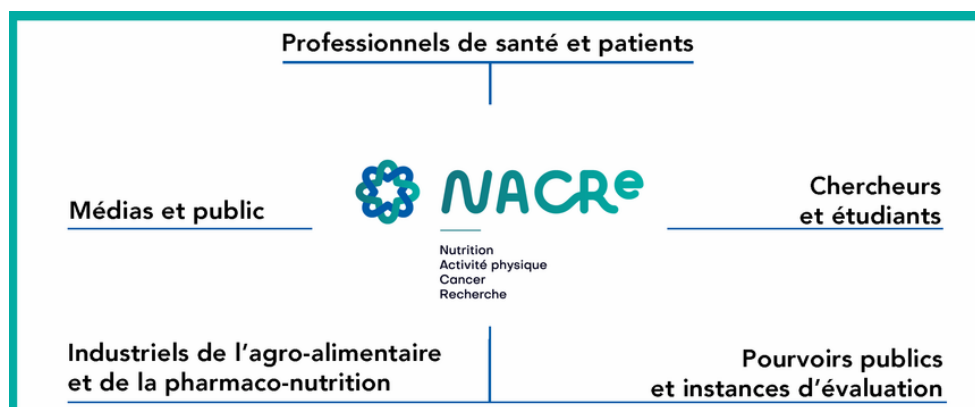
## Les 47 équipes du Réseau NACRe (mars 2026)



## Objectifs du Réseau NACRe

- ✚ Fédérer la recherche sur la thématique nutrition et cancer.
- ✚ Réaliser une veille scientifique et des expertises sur la thématique nutrition et cancer.
- ✚ Former et informer les professionnels de santé.
- ✚ Diffuser les connaissances scientifiques validées auprès des patients et du grand public.

## Utilisateurs





Réseau NACRe (Bât 400)  
INRAE  
Domaine de Vilvert  
78352 Jouy-en-Josas cedex

[nacre@inrae.fr](mailto:nacre@inrae.fr)

01 34 65 22 45

[\*\*www.reseaunacre.eu\*\*](http://www.reseaunacre.eu)

